

„Systemische Naturtherapie“

von A. H. Krezmeier

„Ursprünglich hätte es ein Buch über Aufstellungsarbeit in der Natur werden sollen“, schreibt A. H. Krezmeier in ihrer Einführung zur systemischen Naturtherapie. Doch „die nun entstandene Komposition handelt von psychotherapeutischer Prozessgestaltung *in* der Natur, *mit* der oder *durch* die Natur.“ (S.10)

Wenn das Buch mit Aufstellungsarbeit möglicherweise gar nichts zu tun hat: was veranlasst mich hier, darauf einzugehen?

- Eine der leitenden Ideen systemischer Naturtherapie ist das Prinzip der Zugehörigkeit. Aus der Aufstellungsarbeit ist uns dieses Prinzip bezogen auf soziale Systeme, Familien, Sippe, Ahnenebene vertraut. In Krezmeiers Ansatz wird es zur Zugehörigkeit zum Leben direkt. Als „Zugehörigkeit, die eine Brücke zur Schicht der universellen Prinzipien bildet“. (S.73). Es ist das eine Ausweitung, die sich in den letzten Jahren auch in der Aufstellungsarbeit zu einer wesentlichen Ressource herauskristallisiert hat und für die in dem Buch viele Anregungen zu finden sind.
- In der gegenwärtigen psychotherapeutischen Literatur werden die Begriffe Psyche und Seele zumeist synonym verwendet. Die Naturtherapie differenziert deutlich zwischen psychischer und seelischer Wirklichkeit. Sie ordnet diesen Wirklichkeiten, mit dem Körper zu einem Dreiermodell gefasst, unterschiedliche menschliche Grundbewegungen zu. Und geht von der Annahme aus, „dass alles irdische Leben, so auch der Mensch, in drei Dimensionen präsent ist: in seiner materiellen Ausformung als physischer, biologischer Körper, in seiner energetischen Gestalt als emotionaler und mentaler Körper und in einer feinstofflichen Präsenz als spiritueller Körper“. (S. 21) Im Buch werden Grundbewegungen dieser Dimensionen besprochen und entsprechende Interventionschritte beschrieben. Die präzisen und differenzierten Ausführungen dazu scheinen mir für das Stellen von Systemen sehr relevant und bereichernd zu sein.
- Im Methodenrepertoire der systemischen Naturtherapie nehmen szenische Verfahren, Aufstellungsarbeit und Mythenspiel einen wichtigen Platz ein. Häufig entwickelt sich bei Aufstellungen oder dem Mythenspiel in der Natur ein Dialog. Die Natur „spricht“ als lebendiger Interaktionspartner mit und fügt dem Prozess eine aussagekräftige neue Dimension hinzu.
- Ich war an Lehrgängen, aus denen sich die systemische Naturtherapie formte, beteiligt. Mir ist es eine besondere Freude zu sehen, wie aus dem jahrelangen Erforschen der Wirkweisen naturbezogener und elementarer Prinzipien und besonderer Naturräume eine ganz eigenständige therapeutische Disziplin gewachsen ist. Doch zugleich

ein Ansatz, der mit seiner Weltsicht, seinen Grundannahmen und der vorgestellten Methodenvielfalt Anregung für und Integrationsmöglichkeit in verschiedene therapeutische und sozialpädagogische Bereiche öffnet.

Systemische Naturtherapie „geht davon aus, dass das Leben als Prinzip durch uns wie auch durch die Natur fließt und alles, was geschieht, auf der Basis einer lebendigen Interaktion von lebendigen Systemen geschieht“. (S. 109f.) Natur steht uns nicht als ein Objekt der Forschung, Freizeit, Erholung oder des Sportes, das heißt in einer Ich-Es Haltung gegenüber, sondern als ein Ort der Begegnung, als ein lebendiger Interaktionspartner, als ein Du.

Naturräume sind lebendige Systeme, die ihr Eigenleben, ihren Ausdruck und ihre Rhythmik besitzen. Wie und ob sie mit uns in Resonanz gehen, ist abhängig von der Haltung, mit der wir ihnen begegnen. Wie bei Aufstellungen die ritualisierte Form der Positionierung im Raum unsere Wahrnehmungsausrichtung verändert, so öffnet sich uns der Naturraum als Interaktionspartner gewöhnlich erst dann, wenn er einen verdichteten Charakter bekommt. Die Begleitung in besondere, verdichtete Naturräume, die Rolle, die der Körper dabei spielt, Handlung und der Sinn für Schönheit als wichtige Steuerungs- und Hilfskräfte, das Unterbrechen von Mustern, transpersonale Elemente (wie der opportune Moment, spirituelle Referenzpunkte, initiativische Reisen) sind Aspekte, die den Weg zur Natur als „Du“ öffnen; und dabei gleichzeitig heilende Wirkung entfalten.

Wie schon erwähnt, ist eine Leitidee der Naturtherapie das Prinzip der Zugehörigkeit.

In poetisch anmutenden Begriffen, subtiler Sprache und gleichzeitig klarer Konzeption führt A. H. Krezmeier in vier Prozessverläufe dazu ein. Sie spricht von „natürlicher Grenzbildung“, „ausgleichender Einverleibung“, „durchlässiger Einmischung“ und „gnadenvoller Anbindung“ als Prozessen, die auf allen drei Ebenen (Körper, Psyche, Seele) stattfinden können und als Orientierung zur Interventionsführung dienen.

Ein großer Abschnitt des Buches ist dem bewussten Umgang mit den elementaren Kräften (Feuer, Erde, Wasser, Luft) und den Wirkkräften spezifischer Naturräume gewidmet. Der Berg, die Alp, Quellen, Seen, Flusslandschaften, die Wüste, Meer und Küste, der Wald: Wie und wann wirken sie auf unser Wesen? Wie unterstützen solche spezifischen Landschaftsstrukturen und die in ihnen vorherrschenden elementaren Kräfte den Entwicklungsprozess? Was heißt es, den Wald als „Andersraum“ zu entdecken? Oder dem Meer als der Wiege der großen Mutter zu begegnen?

In einem weiteren Abschnitt werden – verdeutlicht über Fallbeispiele – zusätzliche Vorgehensweisen angeführt, die das Arbeiten mit und in der Natur ergänzen. Dazu gehören:

- Das Stellen von Systemen. Wobei besonders auf einige, im Kontext der Naturtherapie entwickelte Formen einge-

gangen wird: Aufstellen in der Natur, Ahnenreihen mit einem Naturelement als Urkraft, Ahnengalerien, partizipative Aufstellungen usw.

- Mythen- und Märchenspiel als eine methodische Struktur, „in der Mythen und Geschichten in verdichteter Form, in langsamen Bewegungen und primär ohne verbale Interaktion wiedergegeben werden“. (S. 197)
- Kreativtechniken als „Techniken, die an das kreative Potenzial und die Freude an Gestaltung anknüpfen und sie mit dem Reichtum und der Qualität von Naturmaterialien verbinden“. (S. 208)
- Rituelle Strukturen, die der Grundidee folgen, „dass Rituale ... Handlungsvollzüge ermöglichen, die durch ihre zeremoniell verdichtete Rahmgestaltung sowohl konkrete als auch symbolische Wirkung entfalten“. (S. 216) Einige Hauptstrukturen werden eingeführt, zum Beispiel Eleda – Die Mitte finden – oder Macaia – Platz des guten Wirkens und anderes.

Mit dem naturtherapeutischen Ansatz betritt A. H. Kreszmeier therapeutisches Neuland. Auf faszinierende Weise führt sie systemische Therapie, erlebnistherapeutische Verfahren und Kosmologien ihres spirituellen Praxisweges im afrobrasilianischen Kulturraum zusammen. Weltsicht, Grundannahmen, Konzepte und Modelle dazu – differenziert, einfühlsam und gleichzeitig lebendig dargestellt – wecken große Resonanz zu Entwicklungen und Themen in der Aufstellungsarbeit. Das Buch inspiriert mit seiner fachlichen Kompetenz, fesselt durch seine eigenständige Konzeption und erfreut durch seinen flüssigen Schreibstil.

Guni Leila Baxa

Astrid Habiba Kreszmeier,
„Systemische Naturtherapie“,
Carl-Auer Verlag 2008

Basics der systemischen Strukturaufstellungen

Eine Anleitung für Einsteiger und Fortgeschrittene mit Beiträgen von Insa Sparrer und Matthias Varga von Kibéd
Erscheinungstermin: 22.09.2008

Strukturaufstellungen geben uns die Möglichkeit, sowohl im persönlichen als auch im beruflichen Kontext eigene und fremde Systeme besser zu verstehen. Die wichtigsten Grundlagen dieser populären neuen Methode werden übersichtlich und anhand vieler Beispiele aus der Praxis vermittelt: systemische Grundsätze, die häufigsten Formen der Strukturaufstellungen sowie die entscheidenden Techniken und Haltungen.

Renate Daimler,
„Basics der Systemischen Strukturaufstellungen“,
Kösel Verlag 2008

Neuerscheinungen, die in der nächsten Ausgabe besprochen werden:

Victor Chu,
„Neugeburt einer Familie –
Familienstellen in der Gestalttherapie“,
Peter Hammer Verlag 2008

Jirina Prekop,
„Ich halte dich fest, damit du frei wirst
Die Festhaltetherapie“ – Grundlagen, Anwendungen
und Weiterentwicklungen,
Kösel Verlag 2008

Bert Hellinger,
„Glück, das bleibt“ – Wie Beziehungen gelingen,
Kreuz-Verlag 2008